

Tabelle dietetiche

49134 Medaglioni di merluzzo

Ingredienti:	Peso netto
Merluzzo o nasello, surgelato	110 g
Patate crude	30 g
Pangrattato	7 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Prezzemolo	0.4 g

peso porzione a cotto g. 130.20

Contenuto nutrizionale				Kcal	177
Proteine	g.	20.38			
Lipidi	g.	6.10			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.84			
Glucidi	g.	10.82	di cui amido	g.	9.40
di cui zuccheri	g.	0.47	di cui fibra	g.	0.50
Colesterolo	mg.	55.00	Sodio	mg.	274.88
Tiamina	mg.	0.10	Potassio	mg.	538.98
Riboflavina	mg.	0.15	Calcio	mg.	44.58
Niacina	mg.	2.20	Ferro	mg.	1.01
Vitamina A	µg.	6.47	Fosforo	mg.	232.40
Vitamina C	mg.	5.15	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



49085 Medaglioni di pesce

Ingredienti:	Peso netto
Merluzzo o nasello, surgelato	110 g
Patate crude	25 g
Olio di oliva extra vergine	15 g
Pangrattato	7 g
Sale iodato	0.4 g

peso porzione a cotto g. 135.45

Contenuto nutrizionale				Kcal	263
Proteine	g.	20.26			
Lipidi	g.	16.04			
<i>di cui saturi</i>	g.	2.29			
Glucidi	g.	9.92	di cui amido	g.	8.61
di cui zuccheri	g.	0.45	di cui fibra	g.	0.40
Colesterolo	mg.	55.00	Sodio	mg.	274.45
Tiamina	mg.	0.10	Potassio	mg.	507.80
Riboflavina	mg.	0.15	Calcio	mg.	43.20
Niacina	mg.	2.07	Ferro	mg.	0.99
Vitamina A	µg.	6.15	Fosforo	mg.	229.40
Vitamina C	mg.	3.75	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



Tabella dietetiche

49094 Montasio

Ingredienti:	Peso netto
Montasio	30 g

peso porzione a cotto g.

Contenuto nutrizionale				Kcal	118
Proteine	g.	7.80			
Lipidi	g.	9.60			
<i>di cui saturi</i>	g.	7.20			
Glucidi	g.	0.00	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.00	di cui fibra	g.	0.00
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	228.00
Tiamina	mg.	0.00	Potassio	mg.	0.00
Riboflavina	mg.	0.00	Calcio	mg.	222.00
Niacina	mg.	0.00	Ferro	mg.	0.00
Vitamina A	µg.	0.00	Fosforo	mg.	0.00
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI 

49091 Mortadella

Ingredienti:	Peso netto
Mortadella	35 g

peso porzione a cotto g.

Contenuto nutrizionale				Kcal	110
Proteine	g.	5.15			
Lipidi	g.	9.84			
<i>di cui saturi</i>	g.	3.24			
Glucidi	g.	0.53	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.53	di cui fibra	g.	0.00
Colesterolo	mg.	24.50	Sodio	mg.	177.10
Tiamina	mg.	0.07	Potassio	mg.	45.50
Riboflavina	mg.	0.09	Calcio	mg.	3.15
Niacina	mg.	1.26	Ferro	mg.	0.49
Vitamina A	µg.	0.00	Fosforo	mg.	63.00
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI

Tabella dietetiche

49097 Mozzarella

Ingredienti:	Peso netto
Mozzarella di vacca	80 g
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

peso porzione a cotto g.

Contenuto nutrizionale				Kcal	202
Proteine	g.	14.96			
Lipidi	g.	15.60			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.00			
Glucidi	g.	0.56	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.56	di cui fibra	g.	0.00
Colesterolo	mg.	36.80	Sodio	mg.	160.00
Tiamina	mg.	0.02	Potassio	mg.	116.00
Riboflavina	mg.	0.22	Calcio	mg.	280.00
Niacina	mg.	0.32	Ferro	mg.	0.32
Vitamina A	µg.	175.20	Fosforo	mg.	280.00
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



49081 Pane

Ingredienti:	Peso netto
Pane di tipo 00	40 g
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

peso porzione a cotto g.

Contenuto nutrizionale				Kcal	115
Proteine	g.	3.44			
Lipidi	g.	0.16			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.00			
Glucidi	g.	26.76	di cui amido	g.	23.64
di cui zuccheri	g.	0.76	di cui fibra	g.	1.28
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	0.00
Tiamina	mg.	0.02	Potassio	mg.	0.00
Riboflavina	mg.	0.01	Calcio	mg.	5.60
Niacina	mg.	0.40	Ferro	mg.	0.32
Vitamina A	µg.	0.00	Fosforo	mg.	25.20
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



Tabella dietetiche

49077 Pasta al pesto

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	75 g
Pesto confezionato	15 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Parmigiano	5 g
Sale iodato	0.4 g

peso porzione a cotto g. 175.40

ALLERGENI



Contenuto nutrizionale				Kcal	407
Proteine	g.	10.60			
Lipidi	g.	15.25			
<i>di cui saturi</i>	g.	2.75			
Glucidi	g.	60.38	di cui amido	g.	51.08
di cui zuccheri	g.	3.75	di cui fibra	g.	2.33
Colesterolo	mg.	4.55	Sodio	mg.	274.00
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg.	149.10
Riboflavina	mg.	0.17	Calcio	mg.	74.45
Niacina	mg.	1.88	Ferro	mg.	1.10
Vitamina A	µg.	20.45	Fosforo	mg.	175.65
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg.	0.00

48865 Pasta al pomodoro

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	75 g
Parmigiano	5 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Sedano crudo	0.4 g
Carote crude	0.4 g
Cipolle crude	0.4 g
Basilico	0.4 g
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	0 g

peso porzione a cotto g. 161.84

ALLERGENI



Contenuto nutrizionale				Kcal	329
Proteine	g.	9.88			
Lipidi	g.	7.46			
<i>di cui saturi</i>	g.	1.82			
Glucidi	g.	59.41	di cui amido	g.	51.08
di cui zuccheri	g.	3.23	di cui fibra	g.	2.05
Colesterolo	mg.	4.55	Sodio	mg.	194.02
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg.	152.86
Riboflavina	mg.	0.17	Calcio	mg.	75.85
Niacina	mg.	1.89	Ferro	mg.	1.12
Vitamina A	µg.	28.51	Fosforo	mg.	176.27
Vitamina C	mg.	0.27	alcol	mg.	0.00

Tabella dietetiche

49061 Pasta al pomodoro e ricotta

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	75 g
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	55 g
Ricotta di vacca	15 g
Parmigiano	5 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Sedano crudo	0.4 g
Carote crude	0.4 g
Cipolle crude	0.4 g

peso porzione a cotto g. 231.44

Contenuto nutrizionale				Kcal	362
Proteine	g.	11.85			
Lipidi	g.	9.36			
<i>di cui saturi</i>	g.	2.84			
Glucidi	g.	61.56	di cui amido	g.	51.08
di cui zuccheri	g.	5.39	di cui fibra	g.	2.54
Colesterolo	mg.	13.10	Sodio	mg.	210.63
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg.	296.01
Riboflavina	mg.	0.17	Calcio	mg.	124.05
Niacina	mg.	2.32	Ferro	mg.	1.27
Vitamina A	µg.	265.08	Fosforo	mg.	224.87
Vitamina C	mg.	10.06	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



49059 Pasta al ragù di carne

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	75 g
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	55 g
Bovino adulto o vitellone - tagli anteriori	15 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Sedano crudo	0.4 g
Carote crude	0.4 g
Cipolle crude	0.4 g

peso porzione a cotto g. 221.34

Contenuto nutrizionale				Kcal	343
Proteine	g.	11.93			
Lipidi	g.	7.37			
<i>di cui saturi</i>	g.	1.22			
Glucidi	g.	61.04	di cui amido	g.	51.08
di cui zuccheri	g.	4.86	di cui fibra	g.	2.54
Colesterolo	mg.	8.85	Sodio	mg.	175.38
Tiamina	mg.	0.09	Potassio	mg.	316.71
Riboflavina	mg.	0.17	Calcio	mg.	23.35
Niacina	mg.	3.04	Ferro	mg.	1.37
Vitamina A	µg.	227.23	Fosforo	mg.	182.42
Vitamina C	mg.	10.06	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



Tabelle dietetiche

49189 Pasta al ragù di pesce

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	75 g
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	55 g
Merluzzo o nasello, surgelato	20 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Aglio	0.4 g

Contenuto nutrizionale				Kcal	336
Proteine	g.	12.30			
Lipidi	g.	6.44			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.91			
Glucidi	g.	61.01	di cui amido	g.	51.08
di cui zuccheri	g.	4.83	di cui fibra	g.	2.53
Colesterolo	mg.	10.00	Sodio	mg.	183.36
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg.	336.90
Riboflavina	mg.	0.17	Calcio	mg.	27.51
Niacina	mg.	2.56	Ferro	mg.	1.30
Vitamina A	µg.	221.82	Fosforo	mg.	192.80
Vitamina C	mg.	9.92	alcol	mg.	0.00

peso porzione a cotto g. 227.40

ALLERGENI



48873 Pasta al ragù vegetale

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	75 g
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	55 g
Parmigiano	5 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Sedano crudo	0.4 g
Carote crude	0.4 g
Cipolle crude	0.4 g

Contenuto nutrizionale				Kcal	340
Proteine	g.	10.53			
Lipidi	g.	7.73			
<i>di cui saturi</i>	g.	1.82			
Glucidi	g.	61.04	di cui amido	g.	51.08
di cui zuccheri	g.	4.86	di cui fibra	g.	2.54
Colesterolo	mg.	4.55	Sodio	mg.	198.93
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg.	278.16
Riboflavina	mg.	0.17	Calcio	mg.	79.80
Niacina	mg.	2.32	Ferro	mg.	1.21
Vitamina A	µg.	245.88	Fosforo	mg.	189.32
Vitamina C	mg.	10.06	alcol	mg.	0.00

peso porzione a cotto g. 216.44

ALLERGENI



Tabelle dietetiche

49069 Pasta al sugo di pesce

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	75 g
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	55 g
Merluzzo o nasello, surgelato	20 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Aglio	0.4 g

peso porzione a cotto g. 227.40

ALLERGENI



Contenuto nutrizionale				Kcal	336
Proteine	g.	12.30			
Lipidi	g.	6.44			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.91			
Glucidi	g.	61.01	di cui amido	g.	51.08
di cui zuccheri	g.	4.83	di cui fibra	g.	2.53
Colesterolo	mg.	10.00	Sodio	mg.	183.36
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg.	336.90
Riboflavina	mg.	0.17	Calcio	mg.	27.51
Niacina	mg.	2.56	Ferro	mg.	1.30
Vitamina A	µg.	221.82	Fosforo	mg.	192.80
Vitamina C	mg.	9.92	alcol	mg.	0.00

49075 Pasta al tonno

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	75 g
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	55 g
Tonno, sott'olio	15 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Aglio	0.4 g
Prezzemolo	0.4 g

peso porzione a cotto g. 226.20

ALLERGENI



Contenuto nutrizionale				Kcal	345
Proteine	g.	12.08			
Lipidi	g.	7.54			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.89			
Glucidi	g.	61.02	di cui amido	g.	51.08
di cui zuccheri	g.	4.83	di cui fibra	g.	2.55
Colesterolo	mg.	10.50	Sodio	mg.	168.04
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg.	275.58
Riboflavina	mg.	0.15	Calcio	mg.	22.39
Niacina	mg.	2.32	Ferro	mg.	1.19
Vitamina A	µg.	225.59	Fosforo	mg.	155.50
Vitamina C	mg.	10.57	alcol	mg.	0.00

Tabelle dietetiche

49080 Pasta alla amatriciana

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	75 g
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	55 g
Pancetta magretta	10 g
Pecorino	5 g
Parmigiano	5 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Cipolle crude	0.4 g

peso porzione a cotto g. 230.69

Contenuto nutrizionale				Kcal	391
Proteine	g.	13.97			
Lipidi	g.	11.86			
<i>di cui saturi</i>	g.	2.74			
Glucidi	g.	61.01	di cui amido	g.	51.08
di cui zuccheri	g.	4.83	di cui fibra	g.	2.52
Colesterolo	mg.	11.05	Sodio	mg.	456.59
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg.	312.86
Riboflavina	mg.	0.19	Calcio	mg.	110.85
Niacina	mg.	2.33	Ferro	mg.	1.33
Vitamina A	µg.	259.46	Fosforo	mg.	218.49
Vitamina C	mg.	9.92	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



49066 Pasta alla marinara

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	75 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Prezzemolo	0.4 g
Aglio	0.4 g

peso porzione a cotto g. 156.20

Contenuto nutrizionale				Kcal	309
Proteine	g.	8.19			
Lipidi	g.	6.05			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.89			
Glucidi	g.	59.36	di cui amido	g.	51.08
di cui zuccheri	g.	3.18	di cui fibra	g.	2.06
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	163.09
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg.	149.08
Riboflavina	mg.	0.15	Calcio	mg.	17.44
Niacina	mg.	1.88	Ferro	mg.	1.08
Vitamina A	µg.	5.59	Fosforo	mg.	142.30
Vitamina C	mg.	0.67	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



Tabelle dietetiche

49113 Arrosto di tacchino

Ingredienti:	Peso netto
Tacchino, fesa cruda	35 g
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

peso porzione a cotto g. 34.30

Contenuto nutrizionale				Kcal	37
Proteine	g.	8.40			
Lipidi	g.	0.42			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.13			
Glucidi	g.	0.00	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.00	di cui fibra	g.	0.00
Colesterolo	mg.	17.50	Sodio	mg.	18.20
Tiamina	mg.	0.04	Potassio	mg.	133.70
Riboflavina	mg.	0.07	Calcio	mg.	2.80
Niacina	mg.	2.35	Ferro	mg.	0.28
Vitamina A	µg.	0.00	Fosforo	mg.	70.00
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI

49095 Asiago

Ingredienti:	Peso netto
Asiago	30 g
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

peso porzione a cotto g. 30.00

Contenuto nutrizionale				Kcal	116
Proteine	g.	6.90			
Lipidi	g.	9.60			
<i>di cui saturi</i>	g.	6.90			
Glucidi	g.	0.00	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.00	di cui fibra	g.	0.00
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	216.00
Tiamina	mg.	0.00	Potassio	mg.	0.00
Riboflavina	mg.	0.00	Calcio	mg.	0.00
Niacina	mg.	0.00	Ferro	mg.	0.00
Vitamina A	µg.	0.00	Fosforo	mg.	0.00
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



Tabelle dietetiche

49156 Bieta all'olio

Ingredienti:	Peso netto
Bieta cruda	120 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g

peso porzione a cotto g. 108.60

Contenuto nutrizionale				Kcal	65
Proteine	g.	1.56			
Lipidi	g.	5.12			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.72			
Glucidi	g.	3.36	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	3.36	di cui fibra	g.	1.44
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	172.00
Tiamina	mg.	0.04	Potassio	mg.	235.20
Riboflavina	mg.	0.23	Calcio	mg.	80.40
Niacina	mg.	2.16	Ferro	mg.	1.21
Vitamina A	µg.	317.40	Fosforo	mg.	34.80
Vitamina C	mg.	28.80	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI

49150 Bocconcini di bovino al pomodoro

Ingredienti:	Peso netto
Bovino adulto o vitellone - tagli anteriori	65 g
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	25 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g

peso porzione a cotto g. 73.30

Contenuto nutrizionale				Kcal	144
Proteine	g.	13.63			
Lipidi	g.	9.67			
<i>di cui saturi</i>	g.	2.15			
Glucidi	g.	0.75	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.75	di cui fibra	g.	0.23
Colesterolo	mg.	38.35	Sodio	mg.	190.20
Tiamina	mg.	0.07	Potassio	mg.	246.65
Riboflavina	mg.	0.10	Calcio	mg.	8.75
Niacina	mg.	3.32	Ferro	mg.	0.91
Vitamina A	µg.	101.80	Fosforo	mg.	123.00
Vitamina C	mg.	4.50	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI

Tabelle dietetiche

49149 Bocconcini di suino alla cacciatora

Ingredienti:	Peso netto
Maiale, leggero, lombo	55 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Rosmarino	0.4 g
Salvia	0.4 g

peso porzione a cotto g. 47.45

Contenuto nutrizionale				Kcal	126
Proteine	g.	11.41			
Lipidi	g.	8.88			
<i>di cui saturi</i>	g.	1.95			
Glucidi	g.	0.12	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.12	di cui fibra	g.	0.00
Colesterolo	mg.	33.55	Sodio	mg.	200.23
Tiamina	mg.	0.14	Potassio	mg.	123.68
Riboflavina	mg.	0.17	Calcio	mg.	7.73
Niacina	mg.	2.20	Ferro	mg.	0.76
Vitamina A	µg.	3.03	Fosforo	mg.	82.71
Vitamina C	mg.	0.12	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI

49152 Bocconcini di tacchino al limone

Ingredienti:	Peso netto
Tacchino, fesa cruda	65 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Limoni, succo	0.4 g

peso porzione a cotto g. 69.50

Contenuto nutrizionale				Kcal	114
Proteine	g.	15.60			
Lipidi	g.	5.78			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.97			
Glucidi	g.	0.01	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.01	di cui fibra	g.	0.00
Colesterolo	mg.	32.50	Sodio	mg.	193.81
Tiamina	mg.	0.07	Potassio	mg.	248.86
Riboflavina	mg.	0.13	Calcio	mg.	5.26
Niacina	mg.	4.36	Ferro	mg.	0.53
Vitamina A	µg.	1.80	Fosforo	mg.	130.04
Vitamina C	mg.	0.17	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI

Tabelle dietetiche

49140 Bocconcini di tacchino al rosmarino

Ingredienti:	Peso netto
Tacchino, fesa cruda	65 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Rosmarino	0.4 g

peso porzione a cotto g. 69.50

Contenuto nutrizionale				Kcal	114
Proteine	g.	15.61			
Lipidi	g.	5.79			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.97			
Glucidi	g.	0.05	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.05	di cui fibra	g.	0.00
Colesterolo	mg.	32.50	Sodio	mg.	193.86
Tiamina	mg.	0.07	Potassio	mg.	249.42
Riboflavina	mg.	0.13	Calcio	mg.	6.68
Niacina	mg.	4.36	Ferro	mg.	0.56
Vitamina A	µg.	2.17	Fosforo	mg.	130.08
Vitamina C	mg.	0.12	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI

49083 Bresaola

Ingredienti:	Peso netto
Bresaola	35 g

peso porzione a cotto g. 35.00

Contenuto nutrizionale				Kcal	52
Proteine	g.	11.20			
Lipidi	g.	0.91			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.26			
Glucidi	g.	0.00	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.00	di cui fibra	g.	0.00
Colesterolo	mg.	23.45	Sodio	mg.	558.95
Tiamina	mg.	0.04	Potassio	mg.	176.75
Riboflavina	mg.	0.08	Calcio	mg.	2.45
Niacina	mg.	0.84	Ferro	mg.	0.84
Vitamina A	µg.	0.00	Fosforo	mg.	58.80
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI

Tabelle dietetiche

49178 Carote al burro

Ingredienti:	Peso netto
Carote crude	120 g
Burro	5 g
Sale iodato	0.4 g

peso porzione a cotto g. 109.80

Contenuto nutrizionale				Kcal	79
Proteine	g.	1.36			
Lipidi	g.	4.41			
<i>di cui saturi</i>	g.	2.44			
Glucidi	g.	9.18	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	9.18	di cui fibra	g.	3.72
Colesterolo	mg.	12.50	Sodio	mg.	274.35
Tiamina	mg.	0.05	Potassio	mg.	264.75
Riboflavina	mg.	0.05	Calcio	mg.	54.05
Niacina	mg.	0.84	Ferro	mg.	0.84
Vitamina A	µg.	1424.10	Fosforo	mg.	45.20
Vitamina C	mg.	4.80	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



49161 Carote alla julienne

Ingredienti:	Peso netto
Carote crude	30 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g

peso porzione a cotto g. 31.50

Contenuto nutrizionale				Kcal	55
Proteine	g.	0.33			
Lipidi	g.	5.06			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.72			
Glucidi	g.	2.28	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	2.28	di cui fibra	g.	0.93
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	188.50
Tiamina	mg.	0.01	Potassio	mg.	66.00
Riboflavina	mg.	0.01	Calcio	mg.	13.20
Niacina	mg.	0.21	Ferro	mg.	0.22
Vitamina A	µg.	346.20	Fosforo	mg.	11.10
Vitamina C	mg.	1.20	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI

Tabelle dietetiche

49173 Cavolfiore all'olio

Ingredienti:	Peso netto
Cavolfiore crudo	120 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g

peso porzione a cotto g. 117.00

Contenuto nutrizionale				Kcal	74
Proteine	g.	3.84			
Lipidi	g.	5.24			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.72			
Glucidi	g.	3.24	di cui amido	g.	0.36
di cui zuccheri	g.	2.88	di cui fibra	g.	2.88
<hr/>					
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	169.60
Tiamina	mg.	0.12	Potassio	mg.	420.00
Riboflavina	mg.	0.12	Calcio	mg.	52.80
Niacina	mg.	1.44	Ferro	mg.	0.97
Vitamina A	µg.	61.80	Fosforo	mg.	82.80
Vitamina C	mg.	70.80	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI

49187 Crackers bio non salati in superficie

Ingredienti:	Peso netto
Crackers salati	25 g

peso porzione a cotto g. 25.00

Contenuto nutrizionale				Kcal	107
Proteine	g.	2.35			
Lipidi	g.	2.50			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.00			
Glucidi	g.	20.03	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	0.00	di cui fibra	g.	0.70
<hr/>					
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	0.00
Tiamina	mg.	0.00	Potassio	mg.	0.00
Riboflavina	mg.	0.00	Calcio	mg.	0.00
Niacina	mg.	0.00	Ferro	mg.	0.00
Vitamina A	µg.	0.00	Fosforo	mg.	0.00
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



Tabelle dietetiche

48869 Crema di ceci con pasta

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	35 g
Ceci secchi crudi	30 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Sedano crudo	0.4 g
Carote crude	0.4 g
Cipolle crude	0.4 g

Contenuto nutrizionale				Kcal	263
Proteine	g.	10.10			
Lipidi	g.	7.38			
<i>di cui saturi</i>	g.	1.04			
Glucidi	g.	41.82	di cui amido	g.	35.63
di cui zuccheri	g.	2.64	di cui fibra	g.	5.05
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	164.18
Tiamina	mg.	0.13	Potassio	mg.	334.06
Riboflavina	mg.	0.10	Calcio	mg.	50.70
Niacina	mg.	1.63	Ferro	mg.	2.43
Vitamina A	µg.	10.23	Fosforo	mg.	191.12
Vitamina C	mg.	0.16	alcol	mg.	0.00

peso porzione a cotto g. 163.44

ALLERGENI



48871 Crema di fagioli con pasta

Ingredienti:	Peso netto
Fagioli -Borlotti secchi crudi	30 g
Pasta di semola cruda	35 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Cipolle crude	0.4 g
Carote crude	0.4 g
Sedano crudo	0.4 g

Contenuto nutrizionale				Kcal	256
Proteine	g.	9.89			
Lipidi	g.	6.09			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.80			
Glucidi	g.	42.00	di cui amido	g.	35.84
di cui zuccheri	g.	2.58	di cui fibra	g.	6.16
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	163.28
Tiamina	mg.	0.19	Potassio	mg.	513.16
Riboflavina	mg.	0.11	Calcio	mg.	38.70
Niacina	mg.	1.51	Ferro	mg.	3.21
Vitamina A	µg.	7.23	Fosforo	mg.	205.82
Vitamina C	mg.	0.16	alcol	mg.	0.00

peso porzione a cotto g. 149.04

ALLERGENI



Tabelle dietetiche

48866 Crema di legumi con pasta

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	35 g
Fagioli -Borlotti secchi crudi	10 g
Ceci secchi crudi	10 g
Lenticchie secche crude	10 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Sedano crudo	0.4 g
Carote crude	0.4 g
Cipolle crude	0.4 g

peso porzione a cotto g. 154.34

Contenuto nutrizionale				Kcal	258
Proteine	g.	10.21			
Lipidi	g.	6.42			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.90			
Glucidi	g.	42.30	di cui amido	g.	36.25
di cui zuccheri	g.	2.43	di cui fibra	g.	5.44
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	164.08
Tiamina	mg.	0.16	Potassio	mg.	403.66
Riboflavina	mg.	0.11	Calcio	mg.	38.20
Niacina	mg.	1.54	Ferro	mg.	2.85
Vitamina A	µg.	9.23	Fosforo	mg.	192.12
Vitamina C	mg.	0.16	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



48870 Crema di lenticchie con pasta

Ingredienti:	Peso netto
Pasta di semola cruda	35 g
Lenticchie secche crude	30 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Sedano crudo	0.4 g
Carote crude	0.4 g
Cipolle crude	0.4 g

peso porzione a cotto g. 150.54

Contenuto nutrizionale				Kcal	256
Proteine	g.	10.64			
Lipidi	g.	5.79			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.84			
Glucidi	g.	43.08	di cui amido	g.	37.28
di cui zuccheri	g.	2.07	di cui fibra	g.	5.11
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg.	164.78
Tiamina	mg.	0.18	Potassio	mg.	363.76
Riboflavina	mg.	0.13	Calcio	mg.	25.20
Niacina	mg.	1.48	Ferro	mg.	2.91
Vitamina A	µg.	10.23	Fosforo	mg.	179.42
Vitamina C	mg.	0.16	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



Tabella dietetiche

49074 Crema di patate con pasta

Ingredienti:	Peso netto
Pomodori, pelati in scatola [frutti più succo naturale]	55 g
Patate crude	40 g
Pasta di semola cruda	35 g
Parmigiano	5 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Sedano crudo	0.4 g
Carote crude	0.4 g
Cipolle crude	0.4 g

peso porzione a cotto g. 171.24

Contenuto nutrizionale				Kcal	233
Proteine	g.	7.01			
Lipidi	g.	7.57			
<i>di cui saturi</i>	g.	1.73			
Glucidi	g.	36.56	di cui amido	g.	30.20
di cui zuccheri	g.	3.34	di cui fibra	g.	2.10
Colesterolo	mg.	4.55	Sodio	mg.	200.13
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg.	429.36
Riboflavina	mg.	0.11	Calcio	mg.	75.00
Niacina	mg.	2.32	Ferro	mg.	0.89
Vitamina A	µg.	247.08	Fosforo	mg.	135.32
Vitamina C	mg.	16.06	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



49099 Crescenza

Ingredienti:	Peso netto
Crescenza	80 g

peso porzione a cotto g. 80.00

Contenuto nutrizionale				Kcal	224
Proteine	g.	12.88			
Lipidi	g.	18.64			
<i>di cui saturi</i>	g.	0.00			
Glucidi	g.	1.52	di cui amido	g.	0.00
di cui zuccheri	g.	1.52	di cui fibra	g.	0.00
Colesterolo	mg.	42.40	Sodio	mg.	280.00
Tiamina	mg.	0.00	Potassio	mg.	88.00
Riboflavina	mg.	0.00	Calcio	mg.	445.60
Niacina	mg.	0.00	Ferro	mg.	0.08
Vitamina A	µg.	108.00	Fosforo	mg.	228.00
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg.	0.00

ALLERGENI



49106 Crocchette di merluzzo

Ingredienti:	Peso netto
Merluzzo o nasello, surgelato	110 g
Patate crude	30 g
Pane di tipo 00	20 g
Uova di gallina, intero	7 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Pangrattato	5 g
Sale iodato	0.4 g
Prezzemolo	0.4 g

Contenuto nutrizionale				Kcal	237
Proteine	g.	22.77			
Lipidi	g.	6.75			
<i>di cui saturi</i>	g.	1.07			
Glucidi	g.	22.64	di cui amido	g.	19.90
di cui zuccheri	g.	0.75	di cui fibra	g.	1.14
Colesterolo	mg.	80.97	Sodio	mg.	276.47
Tiamina	mg.	0.10	Potassio	mg.	544.49
Riboflavina	mg.	0.17	Calcio	mg.	48.54
Niacina	mg.	2.37	Ferro	mg.	1.24
Vitamina A	µg.	22.22	Fosforo	mg.	257.10
Vitamina C	mg.	5.15	alcol	mg.	0.00

peso porzione a cotto g.

ALLERGENI 

49141 Crocchette di nasello

Ingredienti:	Peso netto
Merluzzo o nasello, surgelato	110 g
Patate crude	30 g
Pane al malto	20 g
Uova di gallina, intero	7 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Pangrattato	5 g
Sale iodato	0.4 g
Prezzemolo	0.4 g

Contenuto nutrizionale				Kcal	232
Proteine	g.	22.71			
Lipidi	g.	7.15			
<i>di cui saturi</i>	g.	1.07			
Glucidi	g.	20.58	di cui amido	g.	13.62
di cui zuccheri	g.	5.59	di cui fibra	g.	0.50
Colesterolo	mg.	80.97	Sodio	mg.	332.47
Tiamina	mg.	0.19	Potassio	mg.	600.49
Riboflavina	mg.	0.20	Calcio	mg.	67.74
Niacina	mg.	2.73	Ferro	mg.	1.64
Vitamina A	µg.	22.22	Fosforo	mg.	276.50
Vitamina C	mg.	5.15	alcol	mg.	0.00

peso porzione a cotto g.

ALLERGENI 

Tabelle dietetiche

49151 Crocchette di pesce

Ingredienti:	Peso netto
Merluzzo o nasello, surgelato	110 g
Patate crude	30 g
Pane di tipo 00	20 g
Uova di gallina, intero	7 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Pangrattato	5 g
Sale iodato	0.4 g
Prezzemolo	0.4 g

Contenuto nutrizionale				Kcal 237
Proteine	g.	22.77		
Lipidi	g.	6.75		
<i>di cui saturi</i>	g.	1.07		
Glucidi	g.	22.64	di cui amido	g. 19.90
di cui zuccheri	g.	0.75	di cui fibra	g. 1.14
Colesterolo	mg.	80.97	Sodio	mg. 276.47
Tiamina	mg.	0.10	Potassio	mg. 544.49
Riboflavina	mg.	0.17	Calcio	mg. 48.54
Niacina	mg.	2.37	Ferro	mg. 1.24
Vitamina A	µg.	22.22	Fosforo	mg. 257.10
Vitamina C	mg.	5.15	alcol	mg. 0.00

peso porzione a cotto g. 154.50

ALLERGENI

49185 Crostatina

Ingredienti:	Peso netto
Crostatina con marmellata	40 g

Contenuto nutrizionale				Kcal 135
Proteine	g.	1.96		
Lipidi	g.	3.28		
<i>di cui saturi</i>	g.	0.00		
Glucidi	g.	26.20	di cui amido	g. 0.00
di cui zuccheri	g.	0.00	di cui fibra	g. 0.00
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg. 0.00
Tiamina	mg.	0.00	Potassio	mg. 0.00
Riboflavina	mg.	0.00	Calcio	mg. 0.00
Niacina	mg.	0.00	Ferro	mg. 0.00
Vitamina A	µg.	0.00	Fosforo	mg. 0.00
Vitamina C	mg.	0.00	alcol	mg. 0.00

peso porzione a cotto g. 40.00

ALLERGENI

Tabelle dietetiche

49168 Fagiolini al limone

Ingredienti:	Peso netto
Fagioli crudi	120 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g
Limoni, succo	0.4 g

peso porzione a cotto g. 296.20

Contenuto nutrizionale				Kcal 394
Proteine	g.	28.32		
Lipidi	g.	7.40		
<i>di cui saturi</i>	g.	1.20		
Glucidi	g.	57.01	di cui amido	g. 48.00
di cui zuccheri	g.	4.21	di cui fibra	g. 21.00
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg. 164.81
Tiamina	mg.	0.48	Potassio	mg. 1734.56
Riboflavina	mg.	0.12	Calcio	mg. 162.06
Niacina	mg.	2.76	Ferro	mg. 9.61
Vitamina A	µg.	5.40	Fosforo	mg. 540.04
Vitamina C	mg.	3.77	alcol	mg. 0.00

ALLERGENI

49157 Fagiolini all'olio

Ingredienti:	Peso netto
Fagiolini surgelati	120 g
Olio di oliva extra vergine	5 g
Sale iodato	0.4 g

peso porzione a cotto g. 119.40

Contenuto nutrizionale				Kcal 66
Proteine	g.	2.52		
Lipidi	g.	5.12		
<i>di cui saturi</i>	g.	0.72		
Glucidi	g.	2.88	di cui amido	g. 0.00
di cui zuccheri	g.	2.88	di cui fibra	g. 3.48
Colesterolo	mg.	0.00	Sodio	mg. 162.40
Tiamina	mg.	0.08	Potassio	mg. 336.00
Riboflavina	mg.	0.18	Calcio	mg. 42.00
Niacina	mg.	0.96	Ferro	mg. 1.09
Vitamina A	µg.	51.00	Fosforo	mg. 57.60
Vitamina C	mg.	7.20	alcol	mg. 0.00

ALLERGENI